

TENDENCIAS

Esta madre y su hija decidieron bajar de peso y 100 días después no podían creer como se veían

El Ciudadano · 22 de mayo de 2016



Todos conocemos a la gente que pasa su vida en una constante lucha infructuosa con el sobrepeso. Estas personas solo se sonríen con desconfianza cuando escuchan que hay alguien que ha conseguido cambiar. Según ellos, para modificar el cuerpo se precisa de una fuerza de voluntad verdaderamente legendaria.

Sin embargo, la historia de estas madre e hija rompe en pedazos todas las razones y excusas de la gente perezosa.

Durante mucho tiempo estas mujeres también inventaban una multitud de excusas para no emprender la lucha dura contra el sobrepeso. Se decían que no disponían del tiempo suficiente para practicar deportes, o que la preparación sistemática de la comida sana resultaba demasiado difícil. Pero un día estas mujeres decidieron por fin resolver este problema de una vez por todas.

Al haber tomado la decisión de esforzarse para lograr unas figuras esbeltas, Sheryl y Tessa vivieron la vida sana durante 100 días. ¡El resultado de su dedicada labor motivará a cualquiera!

Tres meses de una labor intensiva fueron suficientes para que estas mujeres hubieran perdido 34 kilogramos en total las dos. Sheryl, la madre de la familia, perdió 19 kilogramos. Los logros de Tessa fueron un poco más modestos, pero sus 15 kilogramos desaparecidos también demuestran un grande progreso.

¡Aquí tienes la prueba viviente de que, con la debida diligencia, uno puede alcanzar resultados fantásticos!

Vía: QuePasada.cc

Fuente: [El Ciudadano](#)